

事例分析

# 保健師の地区活動と 住民組織活動を通じた ソーシャルキャピタルの醸成

美唄市保健福祉部健康推進課  
主任保健師 石山 由依子





# アルテピアッツァ美唄



A large flock of birds, likely waterfowl, is captured in flight across a vast, open sky. The birds are silhouetted against a backdrop of soft, golden light from a setting or rising sun, which creates a warm, orange glow. The sky is filled with numerous birds, some in sharp focus and others appearing as a dense cloud of small specks. Below the sky, a calm body of water reflects the light and the birds. The foreground shows dark, silhouetted vegetation, including reeds and trees, framing the scene. The overall atmosphere is serene and majestic.

# 宮島沼

# 1、美唄市の概況(1)

## 観光・物産資源

宮島沼(・日本最大、最北のマガン寄留地・H14年11月ラムサール条約湿地として認定・春と秋マガンが飛来(春飛来期約65,000羽))

- ・アルテピアッツァ美唄(芸術文化交流施設・美唄出身安田侃氏の彫刻常設)
- ・東明公園(都市公園・空知随一の桜、ツツジの名所・サンスポーツランド美唄)
- ・炭鉱メモリアル森林公園(炭鉱繁栄のシンボル・旧三菱美唄炭鉱竪坑巻揚櫓等)
- ・国道12号(日本一の国道一直線・美唄～滝川間29.2km)
- ・ピパの湯ゆ～りん館・体験交流館・登り窯・パークゴルフ場など

## 特産品・名物

- ・うるち米:おぼろづき・雪蔵米・ハーブ米
- ・グリーンアスパラガス・ハスカップ加工品  
(ドラキュラの葡萄ソーダ・シロップ・ゼリー・ワインほか)
- ・美唄やきとり・中村のとりめし・米粉商品ほか
- ・一昨年7月には、美唄市で「やきとりピック」開催



# 1、美唄市の概要(2)

- 旧産炭地、炭鉱が栄えたピークは人口9万人
- 豪雪地帯
- 第1次産業「農業(主に米)」が基幹産業
- 人口:23,984人
- 世帯数:12,229世帯
- 出生数:117人
- 高齢化率:35.7%
- 国保加入率:31.7%
- 学校:小学校5校、中学校4校、高等学校2校

# 2、組織体制

保健福祉部長－健康推進課長－健康推進グループ

## 健康推進グループ体制

- 主査【事務職(1名)・保健師(1名)】
- 嘱託医師【小児科医(1名)】
- 主任【保健師(2名)・看護師(1名)・管理栄養士(1名)\*育休中】
- 保健師(5名)\*うち保健師(1名)育休中
- 嘱託保健師(2名)
- 嘱託管理栄養士(1名)



# 3、保健師の体制

保健師 9名

- ・主査1名
- ・主任2名、保健師4名、嘱託2名

## 地区担当制 + 業務担当制

【母子チーム】

リーダー 1名

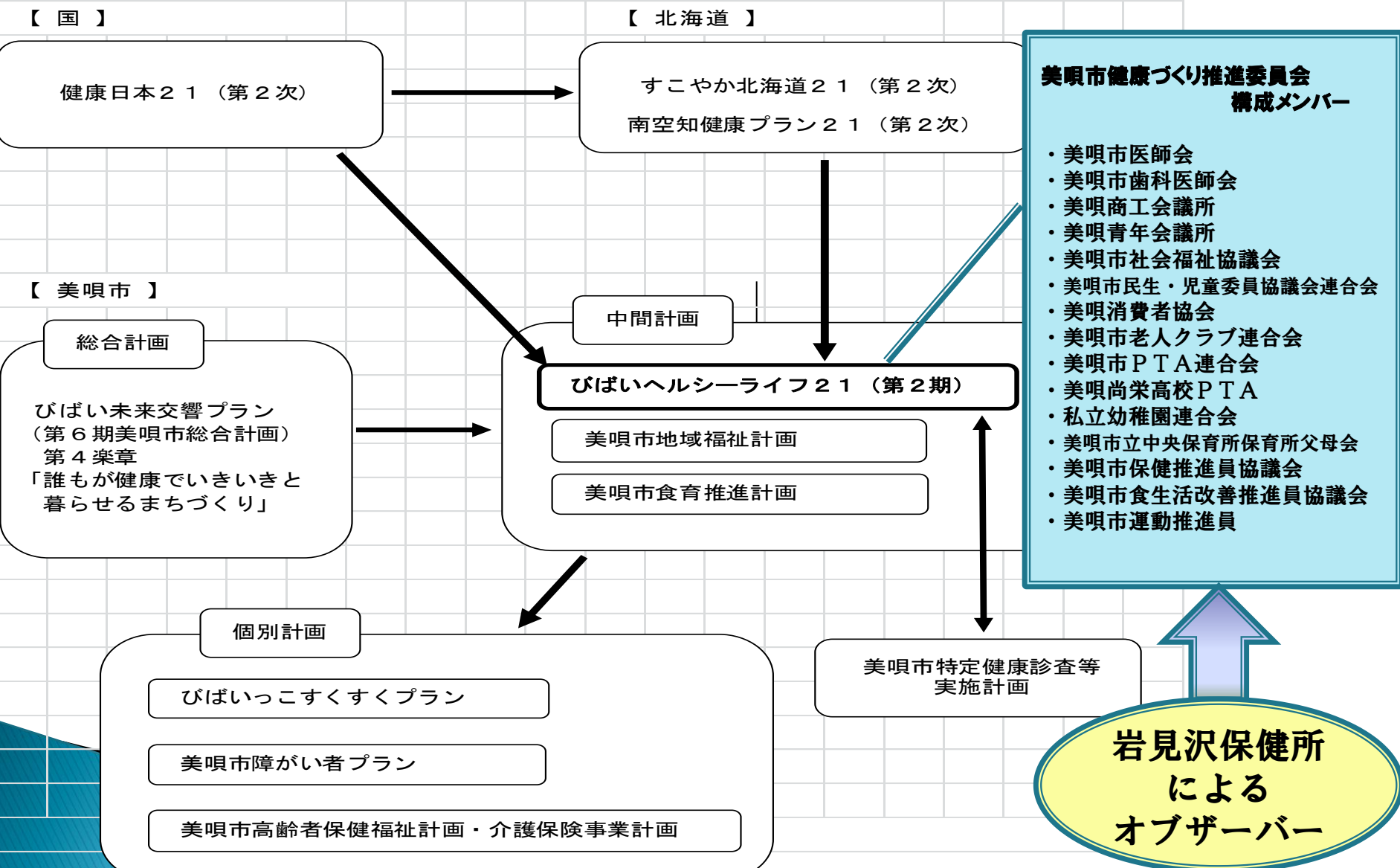
メンバー 3名

【成人・高齢者チーム】

リーダー 1名

メンバー 3名

# 4、健康増進計画(第2期 H25~34) と他計画との関連



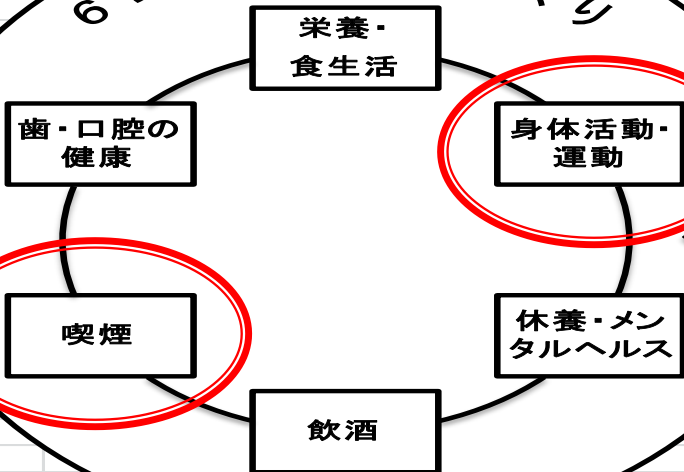


# 5、計画の体系

## 基本理念

「人が健康、まちも健康～住んで良かったまち美唄」

6つの領域の健康づくり



【重点テーマ】

おいしい空気のまちびばいで  
からだに優しいウォーキングを  
しよう！！

重点テーマ

アクションプラン

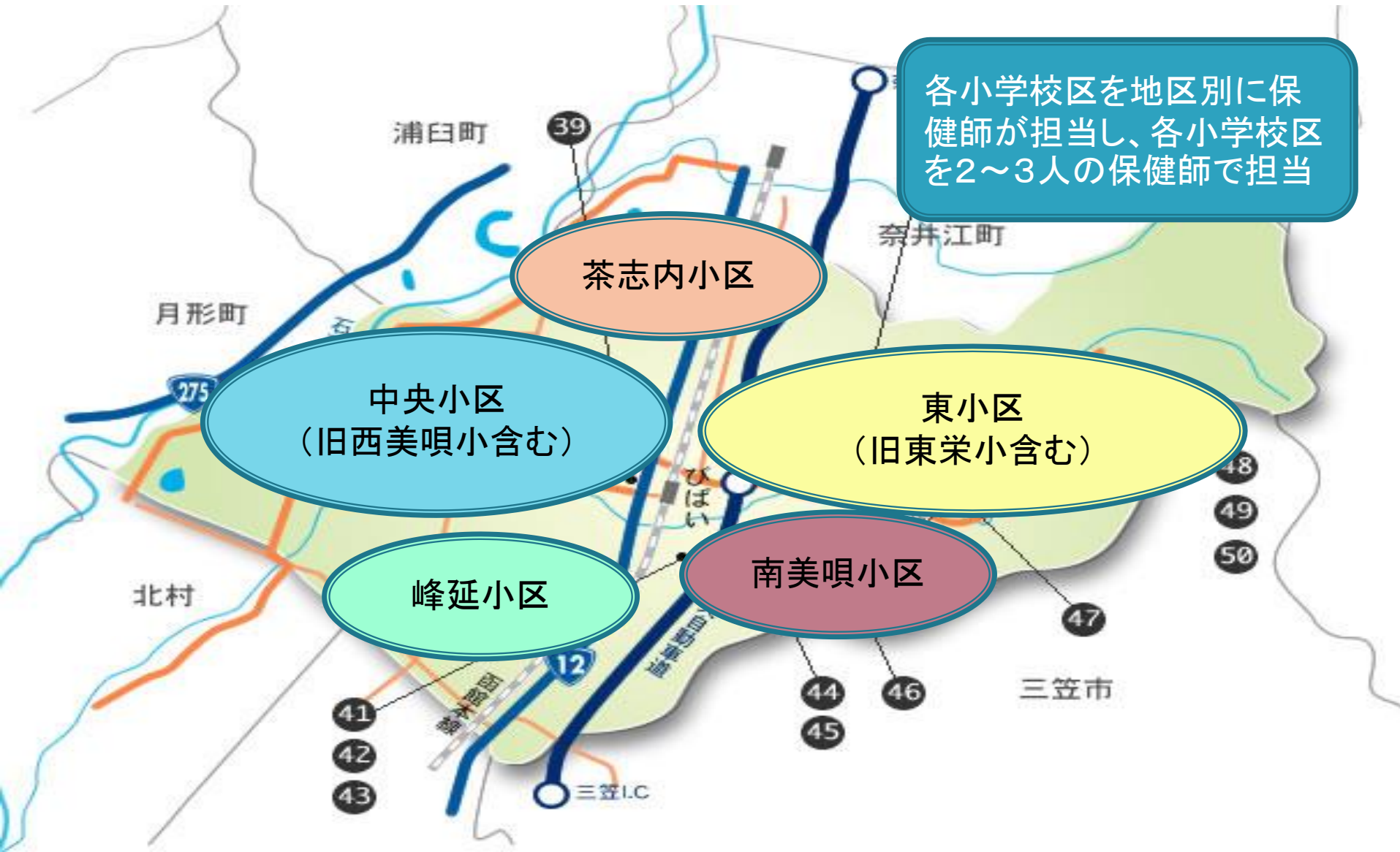


基本理念に向かい、総合的な6つの領域の健康づくりと重点テーマをしぼったアクションプランを一体的に進めていきます

計画を推進し目的達成ためには、  
市民と行政との協働により進めていくことが不可欠！！

# 6、保健師の地区活動の実際

## ～5小学校区ごとの保健活動～



**地域の健康課題に応じた  
地区活動と  
住民組織活動支援の一例**



# 1) 茶志内小学校区

特徴～農業主体、2人に1人が高齢者の地域でいきがいくくり

「やすらぎ会」事業開始～H12年度

目的：住み慣れた地域でQOLを保ち自立した生活を送ることができる

対象：概ね65歳以上、非通所型サービス、閉じこもり・認知やうつ等老化の兆しが懸念される方

回数：月1回、健康相談、地元保育所との交流会、レクリエーション、制作、昼食会、お世話人会打ち合わせ

運営スタッフ：お世話人実行委員会（保健推進員（現役・旧）、食生活改善推進員、老人クラブ役員、会を応援して下さる地域の方）

行政：保健センター（保健師・臨時看護師）



お世話人会で次月の内容検討。旬の地元食材を使い栄養にも見た目にも良く



## 2) 中央小学校区

# 特徴～公共施設が集まった子育て世代から高齢世代住む市街地で世代間交流

「グー・チョコキ・パー」事業開始～H21年度

目的：こどもがすこやかに育つための生活習慣を獲得できる環境づくりとネットワークづくり

対象：中央小学校区に住む市民

回数：行事（遠足・親子クッキング・雪遊び）3回、実行委員会4回

運営スタッフ：グーチョコキパー実行委員会（保健推進員（現役・旧）、食生活改善推進員、運動推進員、民生主任児童委員、すきやき隊、体育協会体育指導員、学童保育＊児童館）＊協力スタッフ：中高校生ボランティア

行政：保健センター（保健師・栄養士）、こども未来課、生涯学習課

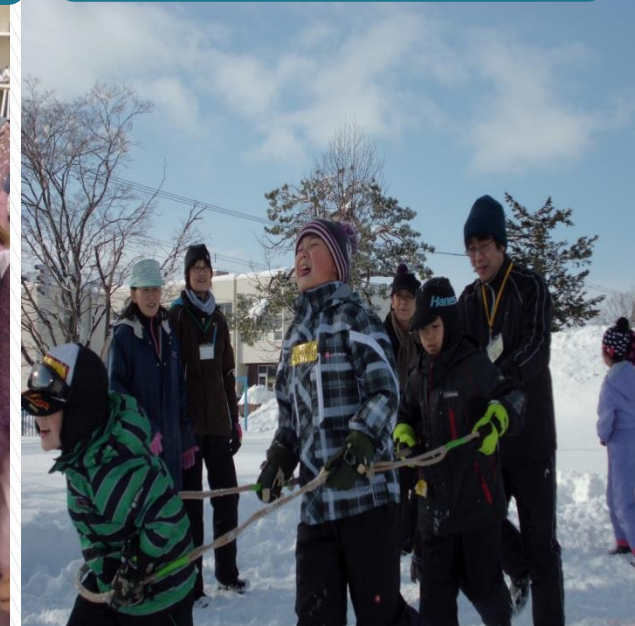
遠足～アルテピアッツァへ



親子クッキング～小学校にて



雪遊び～児童館にて





### 3) 東小学校区

特徴～団地が集結し世代・生活水準が多様な世代が多く、市内の4割の子どもが住む地域で世代間交流

「めだかの学校」事業開始～H15年

目的：世代間交流を通して健康づくりに取り組むきっかけづくりとネットワークづくり

回数：行事（家族クッキング・世代間交流事業）2回、実行委員会5回

運営スタッフ：めだかの学校実行委員会（保健推進員（現役・旧）、食生活改善推進員、運動推進員、民生主任児童委員、すきやき隊、子育てサポーター、保護者、育成協議会、保育所、小学校、中学校、学童保育）

協力スタッフ：中高校生ボランティア、紙芝居読みきかせグループ、空知理科研究会他

行政：保健センター（保健師・栄養士）、こども未来課、生涯学習課

家族クッキング～小学校にて



世代間交流(昔遊びともちつき体験)～小学校にて





## 4) 南美唄小学校区

特徴～旧産炭地、炭鉱気質が根強くあり、経済・健康格差が顕在化する地域で寄りあいを通して交流づくり

「かたろう会」事業開始～H10年度

目的：住み慣れた地域で自立した生活を送ることができる

対象：概ね65歳以上、非通所型サービス、生活機能低下がみられる方

回数：月1回、健康相談、レクリエーション、制作、健康講座、季節の行事

運営スタッフ：保健センター（保健師）・社会福祉協議会（社会福祉士）



今もなお炭鉱長屋で暮らしており、寄りあって語ることに意義がある地域



## 7、保健師の地区活動と住民組織支援の変遷

昭和52年 「保健推進員」誕生 \*市の非常勤職員

平成8～10年 「食生活改善推進員」養成・誕生

平成9～ スリム教室・血液さらさら教室等卒業生によるサークル誕生

平成12年 茶志内小区「やすらぎ会」誕生

平成13年 旧東栄小区「いきいき広場」誕生

平成14年 健康増進計画第1期⇒「運動推進員」養成・誕生

平成15年 東小学校区「めだかの学校」実行委員会誕生

平成16年 旧西美唄小区「健康まつり」実行委員会誕生

平成18年 介護予防事業「貯筋体操」開始 \*現在30グループが自主活動  
「食生活改善推進員」養成・誕生

平成20～21年 3組織合同 「ヘルスコンダクター養成講座」実施

平成21年 中央小区「グー・チョコキ・パー」誕生

平成22年 「運動推進員」養成・誕生

平成25年 「食生活改善推進員」養成・誕生

平成26年 自殺予防対策～保健推進員・民生委員・貯筋体操リーダー対象  
「ゲートキーパー研修」実施

# 活動に行き詰り悩んだ、苦しんだ……

## 住民組織からの発信(ほんの一部)

- ◎地域のために良かれと思ってやっているけど、役にたっているんだらうか、地域の反応が感じられない
- ◎参加者が減少している……気が重い、負担になってきた
- ◎前任者が立派だったから、後任にはとてもなれない
- ◎(こどもの事業で)こどもは生活経験が不足している、家庭で親は何をやっているの！？ちゃんと教育してるの？
- ◎保健推進員って、昔は地域を回って検診台帳を作り市民の健康管理をしてたけど、報酬をもらってるのに一体何やっての？と言われる……こんなことなら引き受けられない
- ◎いくら良いことをやっても来る人は同じじゃない？？続ける意義ってあるのかな？
- ◎心身に自信が持てなくなってきました……何のためにやっているんだらう
- ◎自分たちの活動は美唄市民のためになっているのか？



事例分析

保健師の地区活動と  
住民組織活動を通じた  
ソーシャルキャピタルの醸成

転 結

# 何が起きているのかじっくりみていくと・・・

## 住民組織からの発信(ほんの一部)

○「グー・チョコキ・パー」に参加して、子どもたちの反応の良さに感動、まちで子どもから“遠足のおばさん”と声をかけられ、お母さんからお礼を言ってもらった。活動が無かったら知らない親子だった、声をかけられる関係ができて嬉しい

○「めだかの学校」で毎年参加してくれる親子、初めて参加した時はこまが回せなかったのに、数年間参加し毎年練習すると回せるようになった。子どもの成長を見たときに感動した

○やすらぎ会の参加者が、普段は食が細いのに、会にくると完食している姿を見ると嬉しい

○小学生の時、クッキングに参加していた子どもが中学生になって、“食改のおばさん”と挨拶してくれた。食べ物のことをいっぱい知っているおばさん、と定着していることを実感、年は取っても、まだまだ現役！だと思えた。

○(他の組織から)保健推進員って昔と違って幅広い役割あるね

# 活動を通しての効果

- ・地域で活動することで、地域の町内会長や民生委員等の組織や、地域の交番や郵便局等の公共機関ともつながりやすくなり、守秘義務の元、支援家庭等の情報共有や支援がしやすくなった
- ・学校を活動拠点とすることで、保育所と小学校のつながりがもちやすくなったり、主任児童委員の活動の場が広がる等、学校が身近になった
- ・長く続けていくことで、当初は全く興味を持ってもらえなかった先生方のなかで関心を寄せてくれる先生も現れ、“せいかつ”の授業で昔遊びの技術伝承について実行委員会にオファーをもらい、毎年継続することになった
- ・保健師や子育て、教育や学校が困難事例として支援している家庭や、障がいのある子ども、大人、高齢者が立ち寄り、実行委員のあたたかなまなざしと見守りの中で過ごされ、地域の人との出会いとともに、社会参加の1つの場になっている
- ・小学校とのつながりから、庁内の連携も進み、中学校、高校との連携もできつつある



# 住民組織支援における課題

## 1、後継者の人材の課題

ふさわしい後継者がいない、高齢者しかおらずなり手がいない、若い世代はいても就労しており役割を担うことは厳しい等の声があります。活動を通じて、各ライフステージにある人たちや様々な健康レベルの方と出会い、健康づくりの良さを感じられるきっかけづくりをしながら、人材を開拓発掘し、育成する仕組みづくりが必要と考えています。

## 2、専門職のスキルアップの課題

住民組織の今までの活動の歴史や伝統を守りつつ、時代の流れや健康課題に応じた活動を住民組織と協働して進めていけるよう、住民組織の育成支援に関わる専門職（行政職も含め）は、現状をとらえ、的確な知識や技術を身に着けていくことが今後も必要と考えています。

# 住民組織支援における課題

## 3、世代交代のタイミングの課題

長年携わる中で年代や置かれる環境によって変化が生じて、心身の体調を崩される方もおり、個々を理解し、一人一人の健康を業務担当と地区担当保健師とで支え、変化が生じたときには確認しながら個別支援をしていくことも必要と考えています。現に、認知機能の低下や病気の発症等のある方もおり本人の気持ちを尊重しながら活動を支援していくことが必要と考えています。

## 4、住民組織活動の周知啓発における行政の課題

住民組織の活動を市民に知らせていくために、行政としてさまざまな周知啓発方法を活用し、庁内や関係機関とのつながりを保ちながら連携し、市民への定着と浸透を図っていくことが必要と考えています。

## 8、美唄市の健康づくりを支える3つの 健康づくり組織との協働

- (1) **保健推進員** : S52年～現在65名(選出率44%)
  - ・市の非常勤職員として町内会長の推薦で選出
  - ・任期3年、原則70歳までの方、報酬15,000円/年
  - ・保健推進員協議会活動あり \* 事務局は保健センター
- (2) **食生活改善推進員** : H6年～現在45名
  - ・H6～9年度・H17年度・H25年度 養成
  - ・食生活改善推進員協議会活動あり \* 事務局は保健センター
- (3) **運動推進員** : H14年～現在36名
  - ・第1期健康増進計画の重点事業としてH14年度・~~H23年度~~ 養成



# 保健推進員

## 深川市保健推進員さんと交流会



## 離乳食教室での協力



## 大勢の市民が集まる食の健康フェスタ



## おばあちゃん のミニキッチン



# 食生活改善推進員





# 健康づくりサークル（8サークル） 生活習慣病予防に関する教室卒業生によるサークル



H26年度、オリジナルTシャツとオリジナル体操DVDを手作業にて制作

## 運動推進員



# 9、住民組織とともに活動を長く続けてきた理由

## 1、地域の健康課題を市民と共有する

- ・ 地区担当保健師が、住民組織の方々一人一人に関心を寄せ、健康状態を把握し、日々信頼関係を築くことを意識している
- ・ 保健師は、市民が発信してくれる声を聴き、できるできないは置いといて、不安はあってもしっかり受けとめる

## 2、活動目的に立ち返り目的の共有を図る

- ・ 保健師が担当地区に愛着と責任をもち、保健師が1歩地域に出向いたなら、感度を高めて「みて・きいて・考えて」行動

## 3、住民組織間のつながりと活動のやりがいづくり

- ・ お世話人会や実行委員会を通じて住民組織間同士の役割理解を深められる機会をつくり、各組織が役割を果たせるように調整する

## 4、健康増進計画を根拠に信念をもって活動する

- ・ 迷って戸惑ったら、まずは保健師や業務担当に相談して課題を共有、優先順位を整理して上司に相談
- ・ 関係機関・部署との情報共有、関係づくり、日々のつながりも重要

## 5、焦らないで市民を信じること

- ・ どうしても分かち合えず、共有できない時もある。タイミングではない時もある。



業務・地区ともに  
毎年度PDCAサイクルを回して**評価**をすること



# 10、今後の課題

保健に限らず、市内では様々な住民組織があることは、美唄市の特徴です。逆に住民組織があるだけで安心感をもっていることも無きにしも非。しかし、高齢化が確実に進み、多様な健康課題がある中、今後、更に地域包括ケアシステムを構築しソーシャルキャピタルの醸成を図っていくためには、美唄市全体で

- ・保健だけでなく、個々の住民組織活動の課題の整理
- ・現状の住民組織活動で果たして充足しているのかどうか
- ・これから必要な住民組織活動は何か
- ・2025年問題にむけて今から対策していくことは何か

を市内連携し評価していくことが必要と考えています。

H26年度～「在宅医療介護多職種ネットワーク会議」が始まり、保健も1構成員として課長、主査、保健師が加わっており、この中で具体的に評価検討できることが望ましいと考えているところですが、  
悩み中です…

# 11、まとめ

1. 住民組織は、市民目線に立ち情報とともに様々な考えを持ち、自助・共助・公助のまちづくりのための知恵を地域生活の中で必ず持っている。情報を共有し市民が地域で役に立っていると感じられる基盤・しくみづくりは、地区担当である保健師の大きな役割
2. 活動の後ろ盾は「健康増進計画」。市民と作った計画に誇りを持ち自信を持って、計画推進は行政として粛々とおこなう。保健所の協力を得ながら俯瞰的視点を忘れない
3. P D C A サイクルによって保健事業を的確にまわし、地区活動と連動させることは業務担当の役割
4. 様々な健康レベルの市民と保健活動を通して出会い、個別や集団支援をしながら、地域のなかで役割をもつことの喜びと幸せを感じられる地域ケアシステムの構築が行政の役割。いかに市民が地域で活躍できる場をつくるかが、今後のソーシャルキャピタルの醸成のために重要

さいごに……

住民組織は、美唄市にとっての財産です。

住民組織支援を通して住民から学ばせていただくことが山ほどあり、保健師（行政職も）育てに直結する業務に追われつつも、地区活動の実りを信じて、焦らずに、健康増進計画に基づき基本理念に向かって、保健師の感性を日々磨きながら地道に地区活動をしていきたいと思っています。

このような機会をいただきありがとうございました。

ご清聴ありがとうございました。

